

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA MONTERRICO**  
**PROGRAMA DE FORMACIÓN INICIAL DOCENTE**



**MONTERRICO**  
Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública

**ESTUDIANTES PROCRASTINADORES EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE  
BACHILLER EN EDUCACIÓN**

ORTIZ TORRES, Ariana Lucero  
PECHER TIMBA, Silvia Angela Nicole  
RAMIREZ GIRALDO, Yoselin  
TOCTO GARCIA, Mercedes

ASESOR:

SANCHEZ COTRINA, Ever

Lima, diciembre 2023

## Resumen

La investigación buscó analizar la procrastinación en los estudiantes de primaria, de igual modo describir las características más resaltantes de las personas procrastinadores y tanto las causas como las consecuencias de la procrastinación. Además, se identificaron algunas estrategias para la reducción de la procrastinación en los estudiantes de primaria, teniendo en cuenta dicha problemática. El enfoque de esta investigación fue cualitativo y se usó la técnica documental para analizar y recoger documentos sobre la procrastinación académica. Los resultados de la investigación analizaron la relación entre los estudiantes de primaria y la procrastinación, dando énfasis en las causas y consecuencias que los dirigen a desarrollar este hábito. En conclusión, nuestra investigación permite conocer y analizar los factores que influyen en la procrastinación en estudiantes de primaria, así mismo, las repercusiones negativas, tanto en el aspecto académico como en el aspecto personal. Por otro lado, conocer de qué manera podemos confrontarlos mediante estrategias que permitan administrar mejor su tiempo de los estudiantes. Por último, de acuerdo a la investigación desarrollada no solo se trata de evitar la procrastinación, sino que a su vez se debe de ayudar a mejorar la autoestima y la autoconfianza de los estudiantes al realizar sus actividades académicas.

*Palabras claves:* Procrastinación/ investigación/estrategias/estudiantes/primaria

## **Abstract**

The research sought to analyze procrastination in elementary school students, in the same way to describe the most outstanding characteristics of procrastinators and both the causes and consequences of procrastination. In addition, some strategies were identified to reduce procrastination in elementary school students, taking this problem into account. The focus of this research was qualitative and the documentary technique was used to analyze and collect documents on academic procrastination. The results of the research analyzed the relationship between elementary school students and procrastination, highlighting the causes and consequences that lead them to develop this habit.

In conclusion, our research allows us to know and analyze the factors that influence procrastination in elementary school students, as well as the negative repercussions, both academically and personally. On the other hand, knowing how we can deal with them through strategies that allow students to better manage their time. Finally, according to the research carried out, it is not just about avoiding procrastination, but about helping to improve the self-esteem and self-confidence of students when carrying out their academic activities.

*Keywords:* Procrastination/research/strategies/students/primary

## Índice

Resumen.....	2
Abstract.....	3
Introducción.....	5
Delimitación y planteamiento del problema.....	5
Justificación.....	6
Objetivos de investigación.....	7
Capítulo I: Marco teórico conceptual.....	8
Antecedentes nacionales.....	8
Antecedentes internacionales.....	8
1.1 La procrastinación.....	9
1.2 Tipos de procrastinación.....	11
1.3 Características de las personas procrastinadoras.....	12
1.4 Causas de la procrastinación.....	12
1.5 Consecuencias.....	15
1.6 Estrategias para la reducción de la procrastinación.....	15
Capítulo II: Metodología de investigación.....	17
2.1 Diseño y técnica de investigación.....	17
2.3 Discusión teórica.....	17
2.4 Análisis e interpretación de resultados.....	18
Conclusiones.....	19
Referencias.....	22
Anexos.....	25

## **Introducción**

La educación a nivel mundial es la principal base de la sociedad, es por ello, que los estudiantes deben demostrar sus conocimientos adquiridos a través del cumplimiento de sus logros de aprendizaje en el periodo de formación académica impartido por el docente y con el apoyo del padre de familia. Por consiguiente, la procrastinación en estudiantes de la educación básica regular, tema del presente estudio, es un fenómeno frecuente que afecta el desarrollo en esta etapa formativa.

Como señalan algunas investigaciones es una de las mayores problemáticas en el ámbito educativo, ya que, la procrastinación consiste en aplazar una tarea evitando así las responsabilidades y decisiones que deben ser desarrolladas. Esto se ha evidenciado en gran magnitud desde la crisis sanitaria, debido a que, los estudiantes demuestran desinterés en las clases, donde se distraen con facilidad y no comprenden los temas trabajados, además, de no enviar las evidencias solicitadas y retrasarse en los cursos. Afectando así el rendimiento y desempeño estudiantil en los distintos cursos, representando un obstáculo para esta generación actual.

Por eso mismo, este estudio es una investigación cualitativa mediante el diseño documental y su objetivo general es analizar la relación que existe entre la procrastinación y los estudiantes de primaria

## **Delimitación y planteamiento del problema**

En la presente investigación se ha identificado la situación problemática que tuvo mayor incremento durante la pandemia, afectando a los estudiantes de la Educación Básica Regular. Dicho esto, se observó que muchos estudiantes no cumplían con las tareas encomendadas en el debido tiempo, optando por otras más entretenidas como

videojuegos, jugar con sus amigos o simplemente pasar el tiempo realizando otras actividades. A este hábito se le conoce como procrastinar o procrastinación, hace muchos años se desconocía esta palabra y no se le daba mucha importancia, pero actualmente se ha visto más reflejada no solo en adultos sino en estudiantes de educación básica regular.

Es por ello que se analizará de qué manera influye la procrastinación en los estudiantes de educación primaria y qué estrategias se pueden utilizar para planificar y mejorar su tiempo. Es así que, encontramos algunas causas, tales como: la autolimitación, la baja tolerancia a la frustración, la tendencia a sentirse desbordado y el pobre manejo del tiempo, y el perfeccionismo. Todas estas causas son poco conocidas y no se sabe de qué manera afecta al desarrollo de la salud mental de los estudiantes, pudiendo tener como consecuencias: estrés, bajo rendimiento académico, miedo a tomar decisiones, angustia, síntomas de depresión y ansiedad, dificultad para comunicarse, e incluso, enfermedades crónicas como insuficiencia cardiaca, presión arterial alta, tensión y dolor muscular.

Siguiendo las deducciones de esta investigación se puede plantear estrategias como la realización de técnicas de mindfulness y meditación para controlar los pensamientos y dividir las actividades encomendadas en pasos claros y manejables. Por eso, al abordar el tema de investigación, se planteó el siguiente problema: *¿Cómo afecta la procrastinación a los estudiantes de educación primaria?*

### **Justificación**

Durante la pandemia, el impacto en la educación ha sido muy evidente como el cierre de las aulas de todos los niveles y el tener que replantear contenidos que se

adapten a la realidad y al contexto donde se encuentra el niño. Según el secretario general de las Naciones Unidas (2020) mencionó lo siguiente: “Ahora que el mundo enfrenta niveles insostenibles de desigualdad, necesitamos la educación más que nunca. Debemos tomar medidas audaces ahora, a fin de crear sistemas educativos de calidad, inclusivos y resilientes, adecuados para el futuro”, Es por ello que como futuros docentes se decidió investigar acerca de una problemática enfocada no solo en estudiantes de educación superior sino también en estudiantes de la EBR. En este caso, la procrastinación provoca en ellos diversas problemáticas tanto emocionales como académicas. Esto se pudo observar al momento de brindar clases de manera virtual pues los estudiantes las desatendieron con mucha facilidad y bajaron su rendimiento académico a comparación de su rendimiento en la modalidad presencial. Por consiguiente, al realizar esta investigación se analizará la relación que existe entre la procrastinación y los estudiantes de la EBR. Además de cumplir con el propósito de describir lo que significa la procrastinación y poder así mencionar algunas estrategias de mejora.

### **Objetivos de investigación**

#### **Objetivo General:**

Analizar la procrastinación en estudiantes del nivel primario de EBR.

#### **Objetivos Específicos:**

- Describir las características de los estudiantes procrastinadores de educación primaria.
- Describir las causas y consecuencias de la procrastinación en los estudiantes de la Educación Básica Regular.

- Identificar algunas estrategias para la reducción de la procrastinación.

## **Capítulo I: Marco teórico conceptual**

### **Antecedentes nacionales**

Ayala y Rodríguez (2020) elaboraron la investigación “Relación de la procrastinación académica con la comprensión lectora y sus niveles, en estudiantes de 6° grado de nivel primaria de la Institución Educativa N°1199, Mariscal Ramón Castilla, Lima, Perú, 2019” para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación. En medio de las semejanzas se encontraron que el hábito de posponer tareas académicas se viene inclinado desde muchos años atrás. Esto perjudica su desempeño académico y los logros de aprendizaje de los estudiantes de primaria. Es decir que los estudiantes con un alto nivel de procrastinación tienden a tener deficiencias en la comprensión lectora.

Ramírez (2021) elaboró la investigación “Estrategias de enseñanza y logros de aprendizaje en estudiantes del primer grado de E.B.R en la institución educativa N. 20325 Manzanares, Huacho 2021” para obtener el Título de Licenciada en Educación nivel Primaria en la Especialidad de Educación Primaria y Problemas de Aprendizaje. Entre las semejanzas se encuentran que analizan los logros del estudiante en la Educación Básica Regular y cómo influyen las estrategias en ellos, mientras que en diferencia se encuentra que se centra en un grado específico, en este caso 1er grado.

### **Antecedentes internacionales**

Carrera, Lara, y Madrigal (2018) elaboraron un análisis llamado “Análisis curricular del perfil de egreso desde la experiencia de los usuarios, México 2018”. En medio de las semejanzas que se localizó en nuestra investigación es que los alumnos poseen el

potencial para llevar a cabo con los logros de perfil de egreso, sin embargo, no asumen reflexiones en relación a su proceso de formación y a sus logros obtenidos. Y entre las diferencias está que buscan conocer las percepciones de los estudiantes y docentes con respecto al perfil de egresos mediante contextos que se adapten a su entorno buscando reorientar los procesos de implementación del currículo para su mejora.

Paucar (2021) realizó una investigación sobre “la procrastinación académica y atención plena en adolescentes desde el enfoque mindfulness, Ecuador (2021) para la obtención de Grado como Psicóloga Infantil y Psicorrehabilitadora. Entre las semejanzas con nuestra investigación es que se enfoca las mismas características de la procrastinación, los niveles de atención y cómo afecta en su rendimiento académico de los estudiantes. Así mismo busca herramientas y métodos para comprender y analizar situaciones donde se presenten algún nivel de procrastinación, y cómo diferencias encontramos que es una investigación que se centra mayormente en adolescentes pero que se denota desde la infancia.

### **1.1 La procrastinación**

La procrastinación es un vocablo que etimológicamente deriva del verbo en latín *procrastināre*, postergar hasta mañana. No obstante, es más que posponer o aplazar labores o responsabilidades de forma voluntaria. Sino que además deriva del vocablo griego antiguo *akrasia*, hacer algo en oposición a nuestro mejor juicio. Según Piers Steell (2012), un profesor de Psicología Motivacional en la Universidad de Calgary y el autor de *The Procrastination Equation: How to Stop Putting Things Off and Start Getting Stuff Done*, mencionó lo siguiente “La procrastinación es hacerse daño a uno mismo”. Es decir que, se es consciente del daño o lo mal que se puede sentir afectando así el

manejo de las emociones. Por otro lado, Fuschia Sirois (2013), también profesora de Psicología en la Universidad de Sheffield, dijo “No tiene sentido hacer algo que sabes que tendrá consecuencias negativas”. Del mismo agregó que “Las personas se enganchan en este círculo irracional de procrastinación crónica debido a una incapacidad para manejar estados de ánimo negativos en torno a una tarea”.

La procrastinación académica consiste en posponer el desempeño en las tareas académicas. Es un fenómeno que parece involucrar aspectos afectivos, cognitivos y conductuales (Vargas, 2017). Chan (2011) agrega que la procrastinación es una alteración en la toma de decisiones y de la resolución de conflictos, a lo largo del instante de dictaminar si culmina los deberes académicos o saciar las exigencias en su ambiente o satisfacer los requerimientos en su ambiente.

Actualmente la Real Academia de la Lengua Española, en la vigésimo segunda edición de su Diccionario de la Lengua Española (2008), define “procrastinar” como “diferir, aplazar”; es decir, los individuos presentan comportamientos de querer realizar la tarea encomendada, pero se posterga para un mañana (García-Ayala, 2016 y Steel, 2011); asimismo, se puede conceptualizar la procrastinación como un fenómeno que perjudica a las personas de forma directa en la práctica de sus valores y actitudes, puesto que se niegan a realizar una tarea en el tiempo establecido, dejando de lado una responsabilidad elemental (Balkis y Duru, 2009), y Ramírez, Tello y Vásquez (citado por Carranza y Ramírez, 2013, p. 96) mencionan que la procrastinación se caracteriza por la acción de posponer responsabilidades pendientes de manera voluntaria, a pesar que en un primer momento es realizarla.

En síntesis, la procrastinación es la práctica de aplazar actividades o situaciones

pendientes, sustituyéndolas por otras más sencillas y amenas, evitando así la responsabilidad y toma de decisiones de actividades menos entretenidas.

## **1.2 Tipos de procrastinación**

En este apartado vamos a distinguir los tipos de procrastinación. Según Pardo, Perilla y Salinas (2014) hay tres tipos de procrastinación: familiar, emocional y académica.

El primer tipo es la familiar, se define a la procrastinación familiar como la demora voluntaria de realizar las tareas del hogar, es decir, la persona tiene una obligación en casa y aunque puede realizarla en un lapso de tiempo determinado al final no la hace porque no se encuentra motivada por la aversión que le crea el hecho de hacer esa actividad. Klassen, Krawch, Lynch y Rajan (como se citó en Angarita, 2012).

El segundo tipo es la procrastinación emocional, según Ferrari y Díaz Morales (Como se citó en Naranjo y Gonzales, 2012) refieren que los individuos que procrastinan tienden a tener de manera mínima los niveles de autoconcepto y autoestima. Entonces en el momento de procrastinar las personas evitan el malestar emocional que les conlleva realizar algunas actividades.

El tercer tipo es la procrastinación académica, según Ferrari (como se citó en Carranza y Ramírez, 2013) la procrastinación académica es evitar voluntariamente responsabilidades y ocupaciones, es decir, los estudiantes no hacen sus actividades solicitadas en un tiempo definido porque no tienen motivación en el momento de ejecutarlas, por sentir estas obligaciones como aversivas.

Otra definición que se le brinda a la procrastinación académica es que consiste en posponer el desempeño en las tareas académicas. Es un fenómeno que parece

involucrar aspectos afectivos, cognitivos y conductuales (Vargas, 2017).

### **1.3 Características de las personas procrastinadoras**

Los procrastinadores activos deciden de manera voluntaria posponer las tareas, ya que, prefieren trabajar bajo presión, obteniendo mejores resultados en la ejecución. Sin embargo, esta característica tiende a ser variable y no necesariamente permite siempre el término de una tarea y la sensación de tranquilidad. Por otro lado, los procrastinadores más comunes son los pasivos. Estos no planean procrastinar, deciden dejar de realizar una tarea en el mismo momento, y en la entrega de un trabajo sienten mucha presión y pensamiento negativos. En este sentido, en ambos casos podemos evidenciar un mal manejo del tiempo, baja autoestima y poca confianza en uno mismo, debido a la manera de enfrentar y evitar situaciones difíciles.

Para otros autores las personas que procrastinan son personas perezosas, vagas o irresponsables, ya que, la falta de atención a la hora de realizar tareas planeadas en un tiempo determinado genera malestar y pensamientos negativos, y si tal tendencia se da en diferentes áreas entonces se trata de una persona que procrastina. Algunos de ellos presentan rasgos de personalidad muy marcados: intrepidez, perfeccionismo y dependencia (Quant y Sánchez, 2012).

### **1.4 Causas de la procrastinación**

Las causas de la procrastinación tienen la posibilidad de ser variadas y se detallarán las que se consideran principalmente en el campo académico.

La primera causa es la autolimitación, por lo tanto, la persona que se autolimita tiene miedo a demostrar sus habilidades, miedo al fracaso, miedo a dar lo mejor de sí mismos, se auto infravaloran mediante juicios autocríticos y autoafirmaciones negativas

y despectivas. Los estudiantes procrastinadores se desvalorizan a sí mismos debido a dejar sus labores para después, forjándose un ciclo de aplazamiento y sentimientos de culpa. En pocas palabras se puede definir a la autolimitación como un auto sabotaje en lo académico, por ende, las exigencias de los estudiantes procrastinadores de hacer bien sus tareas los incitan a inventar excusas para aplazarlas o simplemente no realizarlas.

En el entorno académico es común notar el miedo de los estudiantes a que las metas trazadas no se cumplan, sumado al malestar con respecto de ser evaluado, la carencia de confianza en sí mismo y los elevados niveles de perfeccionismo, todo lo mencionado detona en desilusiones que además aplican a la procrastinación generalmente. (Durán, 2017, p. 35)

La segunda causa para la procrastinación es la baja tolerancia a la frustración de los estudiantes, dado que cuando los estudiantes tienen altas expectativas sobre sus trabajos académicos y debido a distintas circunstancias no logran alcanzarlas surge en ellos el sentimiento de frustración y aversión a las tareas, el cual trae como consecuencia que los estudiantes escojan aplazar las tareas para no sentirse frustrados por no poder culminarlas con éxito.

Como menciona Duran (2017) el individuo continuamente desestima lo que no le complace e incluyendo las actividades curriculares, sin embargo, nunca queda libre de las secuelas de aplazar o evadir responsabilidades de las que está obligado a realizar, puesto que el acumulamiento de labores pendientes reduce la calidad de trabajo que se efectúa sumado al estrés personal y la abreviación del tiempo de espera para la entrega del mismo (p. 37).

La tercera causa es la tendencia a sentirse desbordado y el pobre manejo del tiempo. Por lo tanto, un inadecuado uso del tiempo implica inevitablemente a un sentimiento de desesperación, puesto que las horas previas a la entrega de un trabajo suelen ser de alta tensión, más aún cuando alguna tarea representa un alto puntaje o es determinante para lograr aprobar un curso. El manejo del tiempo es imprescindible para poder controlar, organizar y evitar que el entorno se vuelva caótico.

Realizar varias actividades a la vez ocasiona que ninguna de ellas esté bien concebida, he ahí que la organización del tiempo para cada tarea universitaria resulta favorable e impide la paralización de las actividades y la percepción de ineptitud por empezar a estudiar o laborar más tardíamente de lo recomendable. A propósito de esto el procrastinador académico percibe que a posteriori tendrá más tiempo, dado que no requiere más del determinado. Estos sujetos son proclives a distracciones y si no gestionan el tiempo de forma adecuada terminan envueltos en actividades de tipo social, distractoras o superfluas que promueven distracción y placer. (Durán, 2017, p. 37)

La última causa es el perfeccionismo. Los estudiantes con esta característica se fijan objetivos demasiados altos y se les dificulta su cumplimiento, generando así la procrastinación.

La perfección es el principal motivo por lo que los estudiantes postergan tareas de las que son responsables, esto ocurre por los estándares inaccesibles impuestos por ellos mismos. El perfeccionismo es una actitud que impide a la persona decidir qué hacer en cada momento, es decir, saber cuándo empieza y termina una actividad con el fin de dilatar el tiempo de espera con el objetivo de dedicar dicho espacio a otra actividad de rápida recompensa (Durán, 2017, pp. 38 - 39)

## **1.5 Consecuencias**

Como menciona Guzmán (como se citó en Sechel, 2016), los estudios dedicados a explicar las consecuencias, tanto negativas como positivas de la procrastinación. Se han centrado en su mayoría en los efectos sobre el estado emocional o en el rendimiento académico, debido al gran impacto que tiene la procrastinación en la vida educativa.

Otra investigación realizada por Luis (2021) destaca algunos puntos importantes que radican en afectaciones psicológicas y mentales que son producidas dentro del entorno y las situaciones que presente tanto individuales, socioeconómicas y familiares, teniendo como estados de estrés, ansiedad y preocupación, esto mayormente se ve reflejado en estudiantes de 18 en adelante.

Los autores Pardo, Perilla y Salinas (2014) demostraron que postergar actividades académicas es perjudicial para el estudiante, puesto que estos manifestaron que, al llegar el momento de realizar las tareas, a pocos días o pocas horas para la entrega de trabajos o dar exámenes, se ponen ansiosos, pierden apetito, presentan alteraciones del sueño lo cual podría repercutir en su salud a largo plazo.

Es sabido que procrastinar afecta negativamente a la productividad de los estudiantes y, por consiguiente, un bajo rendimiento académico. Así como también, puede tener efectos negativos en su salud física y mental. A largo plazo tiene repercusiones negativas en la autoestima de los estudiantes, ya que, al no realizar las tareas pendientes se sienten mal consigo mismos surgiendo un autoconcepto negativo.

## **1.6 Estrategias para la reducción de la procrastinación**

Según Rea (2021) citó algunos autores que plantean algunas estrategias que

ayuden a mejorar y a disminuir la procrastinación. Cabe recalcar, una persona que procrastina, es aquella que tiene falta de confianza de sí misma, de sus capacidades y habilidades que posee.

- Potenciar habilidad de autoconciencia, y regulación de habilidades emocionales.
- Desarrollar habilidades blandas para gestionar mejor el tiempo
- Poner límites a tentaciones como teléfono, videojuegos, internet, etc.
- Desarrollar una rutina y un horario de sueño.

Gómez (2020) muestra preocupación frente a comportamientos procrastinación tanto en estudiantes y docentes. Es por ello, que plantea estrategias que ayuden a mejorar y dar solución a dichos problemas:

- Tener en claro los objetivos que se quiere alcanzar.
- Ayudar a fortalecer la autoestima.
- Ser comprometido y persistente con las tareas o responsabilidades.
- Realizar una evaluación durante el proceso y no al finalizar.
- Buscar estrategias para afrontar y regular las emociones.

Por otro lado, Atalaya y García (2019) plantearon estrategias eficaces que permitan mejorar el desempeño académico:

- Gestionar talleres que fortalezcan actitudes positivas y a ser perseverantes a que se viva la ilusión de seguir aprendiendo.
- Posibilitar estrategias de autorregulación, planificación y eficacia.
- Fortalecer compromisos personales y académicos
- Plantearse metas para cada actividad.

Estos comportamientos tienen graves consecuencias a lo largo de la vida de los

estudiantes. Es por ello, que es importante establecer estrategias que ayuden a ser más comprometidos y conscientes de sus acciones.

## **Capítulo II: Metodología de investigación**

### **2.1 Diseño y técnica de investigación**

Por su naturaleza, la presente investigación responde a un enfoque cualitativo, como sostiene Vera (2015) el enfoque cualitativo es aquel donde se estudia la calidad de las acciones, materiales o instrumentos en una determinada situación o problema.

La presente investigación se ha trabajado bajo la técnica documental, con el fin de identificar, recoger y analizar documentos relacionados con el tema investigado, a través de la lectura de documentos, repositorios, bibliografía, libros virtuales.

### **2.3 Discusión teórica**

A partir de una discusión teórica, este estudio estuvo enfocado en analizar la procrastinación en estudiantes de educación primaria. Como mencionan Dezcallar, Clariana et al. (2014) muestran que los estudiantes varones de educación primaria entre 6 a 12 años, quienes practican actividades fuera de clase como fútbol u otros deportes y alumnas de esas edades que desarrollan actividades artísticas como música y pintura, procrastinan menos que sus pares que no realizan actividades similares fuera de la escuela. Según esto, no se ha encontrado la competente información acerca de la procrastinación en estudiantes de Educación Primaria. Sin embargo, investigando se encontró que de manera general la procrastinación se define como un modo en el que los estudiantes realizan primero actividades entretenidas para ellos y luego las tareas o actividades complicadas.

## 2.4 Análisis e interpretación de resultados

Partiendo del análisis e interpretación de resultados, para la realización del presente trabajo de investigación, que se enfoca en la Procrastinación en Estudiantes de Educación Primaria, se establecieron objetivos con la finalidad de analizar la relación que existe entre la procrastinación y los estudiantes de la Educación Básica Regular. Debido a que, las problemáticas analizadas como: autolimitación, baja tolerancia a la frustración y hostilidad es muy frecuente en los estudiantes.

En este sentido, si nos enfocamos en analizar la procrastinación como un fenómeno típico de nuestra sociedad. Que consiste en posponer tareas como un acto irresponsable del sujeto. Siendo este un acto voluntario o involuntario que genera graves consecuencias, presentándose a temprana edad e incrementando en la edad adulta afectando así su desempeño académico y laboral (Álvarez, 2010), por eso, este tema investigado requiere darle énfasis a conocer las consecuencias que perjudican el desarrollo del estudiante y de qué manera podemos confrontarlos mediante estrategias mencionadas por el psicólogo Tim Pynchyl (2017), como técnicas de mindfulness y meditación para controlar los pensamientos y dividir las actividades encomendadas en pasos claros y manejables que sean de facilidad para los estudiantes.

Finalmente, si queremos contextualizar esta investigación a estos últimos años podemos mencionar que la modalidad virtual que se tomó a raíz de la crisis sanitaria ha perjudicado el nivel del desarrollo del estudiante, debido a que, la procrastinación ha influido en ellos y limitado sus responsabilidades prorrogando a último momento, Para hacer frente a ello, también se requiere la intervención de los docentes y padres de familia que influyen de manera positiva en los nuevos hábitos que se busca desarrollar

en los estudiantes.

## **Conclusiones**

En relación con el objetivo central, se halló que la procrastinación aumentó significativamente en los estudiantes del nivel primario de EBR durante la educación remota de emergencia, esta problemática repercute tanto académicamente como emocionalmente, esto implica que los estudiantes no cumplan o tiendan a aplazar la entrega de actividades, así como evitar realizar tareas que perciban complejas y demandan mucho esfuerzo, entre otros. Además, en el aspecto emocional, se sentirán frustrados, estresados, hasta tristes por dejar actividades a último minuto.

Con respecto al primer objetivo específico, se halló dos tipos de estudiantes procrastinadores con distintas características, los activos deciden aplazar el inicio y la entrega de actividades por voluntad propia ya que prefieren trabajar bajo presión, sin embargo no es una característica confiable pues a ser variable y no siempre logran culminar satisfactoriamente las tareas; en referencia a los procrastinadores pasivos encontramos que suelen ser los más comunes y a diferencia de los activos no planean procrastinar pero sí dejan las cosas a último momento. Es así que podemos encontrar ambos tipos entre los estudiantes de primaria de la EBR y se evidencia en ellos un pésimo manejo del tiempo, poca o nula confianza en sí mismos para desarrollar las actividades completamente.

Acerca del segundo objetivo específico, esta investigación nos permitió analizar a mayor profundidad sobre el tema y poder identificar aquellas causas que generan la procrastinación académica en los estudiantes. Entre ellas tenemos la baja tolerancia a la

frustración, la cual, se evidencia en muchos alumnos que al estar frente a una tarea que demande mucho esfuerzo y concentración, se frustran al no lograr culminarla y prefieren realizar otra actividad que les genere mayor satisfacción. Así también tenemos la falta de organización y manejo de tiempo, en la cual los estudiantes no priorizan actividades de mayor prontitud, le dedican un intervalo muy corto de tiempo y prestan mayor atención a acciones recreativas. Por último, tenemos el perfeccionismo a la hora de presentar un trabajo, ya que, solo se centra en dicho trabajo hasta lograr terminarlo y presentarlo de la mejor forma.

Además, al analizar las causas y consecuencias de la procrastinación también pudimos identificar que existen dos tipos, las cuales se identifican como intrínseca y extrínseca, en la primera podemos encontrar el perfeccionismo, la autolimitación y la baja tolerancia. Estas son propias de los alumnos, en algunos casos son los impedimentos para poder realizar ciertas u otras labores por ejemplo el perfeccionismo no impide culminar una actividad, sino todo lo contrario, finaliza una tarea, pero descuida las demás. En cuanto a las extrínsecas, prefieren realizar alguna actividad recreativa externa que lo entretenga para evitar desarrollar labores que demanden mucho esfuerzo, por ejemplo, si en la escuela dejaron una tarea para casa sobre matemática y práctica algún deporte, elegirá el deporte en vez de realizar dicha actividad.

Con respecto al tercer objetivo específico, teniendo en cuenta las causas planteadas, proponemos las siguientes estrategias, las cuales, resultan sencillas de utilizar, ya sea en la escuela como en los hogares. Entre ellas tenemos el plantear metas para cada actividad, fortalecer y potenciar la autoestima y la regulación de emociones, desarrollar habilidades blandas para gestionar mejor el tiempo, por último, gestionar

talleres que fortalezcan actitudes positivas y a ser perseverantes a que se viva la ilusión de seguir aprendiendo.

A lo largo de la investigación hemos podido aprender cómo caracterizar a un estudiante procrastinador, además de poder identificar ciertas causas que lo generan y qué efectos puede provocar. Es de suma importancia conocer acerca de este tema pues se debe motivar al estudiante a priorizar actividades dentro y fuera de la escuela como beneficio para su aprendizaje. Evitar procrastinar provocará un cambio positivo tanto académico como emocional y los alumnos se desempeñarán mejor en su día a día.

## Referencias

- Álvarez, M. (2018). *Niveles de procrastinación en estudiantes de 4to. y 5to. bachillerato de un colegio privado de la ciudad de Guatemala*. [Tesis de grado , Universidad Rafael. Landívar] <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Alvarez-Maria.pdf>
- Ayala, A. y Rodríguez, R. (2020). *Relación de la procrastinación académica con la comprensión lectora, en estudiantes de 6° grado de nivel primaria de la Institución Educativa N°1199, Mariscal Ramón Castilla, Lima, Perú, 2019*. Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/3343>
- Buendía, S. (2020). *Procrastinación académica y proyecto de vida en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima*. Universidad Nacional Federico Villarreal. <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/4011>
- Carrera, C. Lara, Y. y Madrigal, J. (2018). *Análisis curricular del perfil de egreso desde la experiencia de los usuarios, México: Universidad Pedagógica Nacional del Estado de Chihuahua (UPNECH)* <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/603>
- Chávez, A. y Valdivia, F. (2020). *Procrastinación y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pública*. Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades. Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/9941?show=full>
- Díaz, J. (2018). *Procrastinación: Una revisión de su medida y sus correlatos*. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2(51). <https://www.redalyc.org/jatsRepo/4596/459661106005/459661106005.pdf>

- Duran, C. (2017) *Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en muestra de estudiantes universitarios de psicología: caso pucesa*. [Pontificia Universidad Católica del Ecuador] <http://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1894>
- Garzón, A., De la Fuente, J. y Acelas, L. (2019). *Características y dimensiones de la procrastinación académica en estudiantes universitarios colombianos*. <https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/1778>
- Gómez, B. (2021). *Frecuencia y causas de la procrastinación académica en estudiantes de BGU de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Oscar Arnulfo Romero, ubicada en la ciudad de Joya de los Sachas, en el periodo lectivo 2021-2021*. Universidad Central de Ecuador. <https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/433887cb-0a8f-4b28-b5b2-fd248fc7d98f>
- Pardo, D., Perilla, L. y Salinas, C. (2014). *Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de Psicología. Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología, 14(1), 1-44*. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5493101.pdf>
- Paucar, M. (2021). *Procrastinación académica y atención plena en adolescentes desde el enfoque mindfulness*. Universidad Central del Ecuador de Ciencias Psicológicas. <https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/129a3799-62eb-46b0-9f39-09b371c3261b>
- Pilamunga, J. (2022). *Procrastinación y regulación emocional en estudiantes de bachillerato durante el periodo 2021-2022*. Facultad de Ciencias Psicológicas, Universidad Central del Ecuador.

<https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/75bfecf2-3cb2-419b-8b45-438997911106>

Ruiz, C. y Cuzcano, A. (2017). *El estudiante procrastinador*. Revista EDUCA UMCH, (09), 23–33. <https://doi.org/10.35756/educaumch.201709.30>

Salazar, L. (2020). *Investigación Cualitativa: Una respuesta a las Investigaciones Sociales Educativas*. CIENCIAMATRIA, 6(11), 101-110. <https://doi.org/10.35381/cm.v6i11.327>

## Anexos

### Anexo 1: Matriz de coherencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	UNIDAD DE ANÁLISIS	CATEGORÍAS	TÉCNICA E INSTRUMENTOS
<p>¿Cómo afecta la procrastinación a los estudiantes de educación primaria?</p>	<p><b>OBJETIVO GENERAL:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Analizar la procrastinación en estudiantes de primaria de EBR</li> </ul>	<p>Información Documental: tesis, tesinas, blogs, documentos virtuales, páginas web, revistas de investigación y pedagogía, artículos electrónicos de tipo académico. La procrastinación</p>	<p>Procrastinación Educación Básica Regular</p>	<p>Documental:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fichas electrónicas</li> <li>Registro de páginas web</li> </ul>
	<p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Describir las características de los estudiantes procrastinadores de educación primaria.</li> <li>Describir las causas y consecuencias de la procrastinación en los estudiantes de la Educación Básica Regular.</li> <li>Identificar algunas estrategias de estudio para administrar mejor el tiempo de los estudiantes.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Estudiantes procrastinadores</li> <li>Consecuencias de la procrastinación académica</li> <li>Estrategias de estudios</li> <li>Información sobre estrategias</li> </ul>	

**FICHA TEXTUAL N° 1**

Guterres señala “Ahora que el mundo enfrenta niveles insostenibles de desigualdad, necesitamos la educación más que nunca. Debemos tomar medidas audaces ahora, a fin de crear sistemas educativos de calidad, inclusivos y resilientes, adecuados para el futuro”

Euro Press (05 de agosto del 2020) La ONU avisa de que el impacto de la COVID-19 en la educación podría minar "décadas de progreso"

<https://www.europapress.es/internacional/noticia-onu-avisa-impacto-covid-19-educacion-podria-minar-decadas-progreso-20200805070450.html>

**FICHA TEXTUAL N° 2**

Fuschia Sirois, un profesor de Psicología Motivacional en la Universidad de Calgary y el autor de The Procrastination Equation: How to Stop Putting Things Off and Start Getting Stuff Done, mencionó lo siguiente “La procrastinación es hacerse daño a uno mismo”

Lieberman, C. (26 de marzo del 2019) Procrastinar no es un asunto de holgazanería, sino de manejo de las emociones.

<https://www.nytimes.com/es/2019/03/26/espanol/como-evitar-la-procrastinacion.html>

**FICHA TEXTUAL N° 2**

“No tiene sentido hacer algo que sabes que tendrá consecuencias negativas”. Del mismo agregó que “Las personas se enganchan en este círculo irracional de procrastinación crónica debido a una incapacidad para manejar estados de ánimo negativos en torno a una tarea”

Lieberman, C. (26 de marzo del 2019) Procrastinar no es un asunto de holgazanería, sino de manejo de las emociones.

<https://www.nytimes.com/es/2019/03/26/espanol/como-evitar-la-procrastinacion.html>

**FICHA PARAFRASEADA N° 1****Tipos de procrastinación**

La procrastinación académica es evitar voluntariamente responsabilidades y ocupaciones, es decir, los estudiantes no hacen sus actividades solicitadas en un tiempo definido porque no tienen motivación en el momento de ejecutarlas, por sentir estas obligaciones como aversivas.

Ferrari,J (2007) citado por Pardo,D.; Perilla,L. y Salinas,C. (2014) *Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología*. Cuadernos Hispanoamericanos De Psicología, 14(1)

<https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/CHP/article/view/1343>

**FICHA PARAFRASEADA N° 2****Causas de la procrastinación**

En el entorno académico es común notar el miedo de los estudiantes a que las metas trazadas no se cumplan, sumado al malestar con respecto de ser evaluado, la carencia de confianza en sí mismo y los elevados niveles de perfeccionismo, todo lo mencionado detona en desilusiones que además aplican a la procrastinación generalmente.

Duran, C. (2017) *Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en muestra de estudiantes universitarios de psicología: caso pucesa*. [Pontificia Universidad Católica del Ecuador] <http://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1894>

**FICHA PARAFRASEADA N° 3****Causas de la procrastinación**

El individuo continuamente desestima lo que no le complace e incluyendo las actividades curriculares, sin embargo, nunca queda libre de las secuelas de aplazar o evadir responsabilidades de las que está obligado a realizar, puesto que el acumulamiento de labores pendientes reduce la calidad de trabajo que se efectúa sumado al estrés personal y la abreviación del tiempo de espera para la entrega del mismo.

Duran, C. (2017) *Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en muestra de estudiantes universitarios de psicología: caso pucesa*. [Pontificia Universidad Católica del Ecuador] <http://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1894>

### Anexo 3: Registro de páginas web

Motor de búsqueda	Palabra clave	Título	Autor	Fecha de publicación	Dirección de página	Información encontrada
Google Web	Procrastinación en estudiantes	Niveles de procrastinación en estudiantes de 4to. y 5to. bachillerato de un colegio privado de la ciudad de Guatemala.	Alvarez, M.	(2018)	<a href="http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesis/eortiz/2018/05/42/Alvarez-Maria.pdf">http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesis/eortiz/2018/05/42/Alvarez-Maria.pdf</a>	Concepto de procrastinación
Google Web	Procrastinación académica	Relación de la procrastinación académica con la comprensión lectora, en estudiantes de 6° grado de nivel primaria de la Institución Educativa N°1199, Mariscal Ramón Castilla, Lima, Perú, 2019.	Ayala, A. y Rodríguez, R.	(2020)	<a href="https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/3343">https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/3343</a>	Antecedente nacional
Google Web	Investigación sobre procrastinación académica	Procrastinación académica y proyecto de vida en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima.	Buendia, S.	(2020)	<a href="https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/4011">https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/4011</a>	Concepto de procrastinación y causas de la procrastinación
Google web	Perfil de egreso, evaluación	Análisis curricular del perfil de egreso desde la experiencia de los usuarios, México: Universidad Pedagógica Nacional del Estado de Chihuahua (UPNECH).	Carrera, C. Lara, Y. y Madrigal, J.	(2018)	<a href="https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/603">https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/603</a>	Antecedente internacional

Google web	Rendimiento académico, procrastinación, estudiantes	Procrastinación y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pública.	Chávez, A. y Valdivia, F.	(2020)	<a href="https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/9941?show=full">https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/9941?show=full</a>	Tipos y causas de la procrastinación
Google web	Emociones, procrastinación, regulación de emociones	Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en muestra de estudiantes universitarios de psicología: caso pucesa.	Duran, C.	(2017)	<a href="http://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1894">http://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1894</a>	Causas de la procrastinación en el campo académico.
Google web	Procrastinación académica, universitarios	Características y dimensiones de la procrastinación académica en estudiantes universitarios colombianos.	Garzón, A., De la Fuente, J. y Acelas, L.	(2020)	<a href="https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/1778">https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/1778</a>	Características de estudiantes procrastinadores.
Google web	Procrastinación académica	Frecuencia y causas de la procrastinación académica en estudiantes de BGU de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Oscar Arnulfo Romero, ubicada en la ciudad de Joya de los Sachas, en el periodo lectivo 2021-2021.	Gómez, B.	(2021)	<a href="https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/433887cb-0a8f-4b28-b5b2-fd248fc7d98f">https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/433887cb-0a8f-4b28-b5b2-fd248fc7d98f</a>	Estrategias para la reducción de la procrastinación
Google web	Procrastinación Académica, Ansiedad-rasgo	Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de Psicología. Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología, 14(1), 1-44.	Pardo, D., Perilla, L. y Salinas, C.	(2014)	<a href="https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5493101.pdf">https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5493101.pdf</a>	Tipos de procrastinación

Google web	Investigación sobre procrastinación académica	Procrastinación académica y atención plena en adolescentes desde el enfoque mindfulness.	Paucar. M.	(2021)	<a href="https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/129a3799-62eb-46b0-9f39-09b371c3261b">https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/129a3799-62eb-46b0-9f39-09b371c3261b</a>	Antecedente internacional
Google web	Procrastinación y regulación emocional.	Procrastinación y regulación emocional en estudiantes de bachillerato durante el periodo 2021-2022.	Pilamunga, J.	(2022)	<a href="https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/75bfecf2-3cb2-419b-8b45-438997911106">https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/75bfecf2-3cb2-419b-8b45-438997911106</a>	Estrategias para combatir la procrastinación
Google web	Procrastinación, Organización, Voluntad, Autodisciplina	El estudiante procrastinador.	Ruiz, C. y Cuzcano, A.	(2022)	<a href="https://doi.org/10.35756/educaumc.h.201709.30">https://doi.org/10.35756/educaumc.h.201709.30</a>	Definición de la procrastinación.
Google web	Investigación cualitativa	Investigación Cualitativa: Una respuesta a las Investigaciones Sociales Educativas.	Salazar, L.	(2020)	<a href="https://doi.org/10.35381/cm.v6i11.327">https://doi.org/10.35381/cm.v6i11.327</a>	Concepto de investigación cualitativa.